

„REFORMÁTOR",
sborník vybrané, poučné a vzdělavací četby pro český lid.



YOGA

jakožto prostředek ku dosažení vyšších duchovních sil.

Napsal
DURGA PRASAD



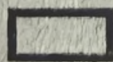


Svazek / Sešit XVI.

Cena 1 K.

1918.

Vydává a rediguje Cyrill M. Höschl v Klatovech.



Tiskla knihtiskárna Strojil a Nepodal
(firma Antonín Strojil) v Blatné.



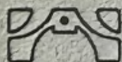
„REFORMÁTOR",
sborník vybrané, poučné a vzdělavací četby pro český lid.

YOGA

jakožto prostředek ku dosažení vyšších duchovních sil.

Napsal
DURGA PRASAD.

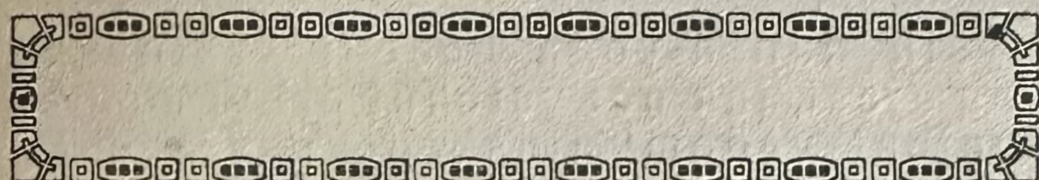
Přeložil T. J.



1918.

Vydává a rediguje CYRILL M. HÖSCHL, KLATOVY.
Tiskla knihtiskárna Strojil a Nepodal (fma A. Strojil) v Blatné.

OBSAH:



1. Co jest yoga?

Stará mudrosloví východu poskytla západu v posledních desítiletích mnohé poklady své tajné vědy. Tyto nauky vrhají na mystiku západu nové světlo a vysvětlují mnohé věci dříve nesrozumitelné. Nauky, zdánlivě tak jednoduché, podávají ve skutečnosti klíč ku pravé, božské magii, jsou-li jen cvičení, tam se naskytující vykonána v pravém duchu a v dokonalé odevzdanosti v nejvyšší Já člověka. Jmenujeme-li toto nejvyšší Já Kristem, Ježíšem, Atmou, Krišnou, Brahmou, Içvarou, nebo jakkoli jinak, ničeho na věci nemění.

Pravá yoga záleží ve vědomé snaze po poznání duchovních pravd a ve snaze po sjednocení se s nejvyšší bytostí. Jest rozdíl mezi radža-yogou a hatha-yogou. Tato je soustavou cvičení, která mají za účel většinou ovládání těla a psychických sil.

Ku hatha-yoze náleží na příklad prànayama. Je to slovo sanskritské a značí doslova zastavení dechu. Těchto method nelze sledovati bez nebezpečí a velcí mudrci kladli vždy hlavní váhu na posvěcení a povznesení

mysli. Radža-yoga nebo-li královská yoga jest, jak učí všichni praví mudrci, spojení vědomí lidského s vědomím vesmírovým nebo-li božským, při čemž vědomí božské absorbuje (ztráví) vědomí lidské.

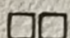
Člověk může se vědomě spojiti s Bohem. Podle toho, zdali je při yoze více činna síla rozumu (jňana), nebo síla lásky (bhakti), anebo síla skutku (karma) rozeznáváme jňana-yogu, bhakti-yogu a karma-yogu. O radža-yoze nejlépe pojednává kniha bhagavad-gita.

Při jňana-yoze převládá zvláště náboženské myšlení, při bhakti-yoze zase náboženský cit odevzdanosti a lásky. Jest tedy bhakti-yoga převážně náboženské cvičení ženské, kdežto jňana-yoga více náboženské cvičení mužské. Obě cesty vedou na konec k témuž cíli, neboť láska jest vůlí moudrosti. Člověk stává se tím, co miluje a co se snaží poznati.

Spojení s Nejvyšším může býti dosaženo i karma-yogou. O tom psáno je v bhagavad-gitě: „Pušť všechny starosti a pochybnosti mimo sebe, když konáš své práce ve jménu mém (božím) a když celou myslí a smýšlením směřuješ k Nejvyššímu, jsa prost všeho osobního očekávání a sobectví.“ (III. kap.)

Slovo náboženství (latinsky religio) odvozeno je od religere, což znamená sebrati, svázati a označuje jistý postup sebevědomí, opětné spojení člověka

s Bohem. Znamená splynutí duchovní duše (Budhi-Manas) s duchem (Atma), při čemž se Všeduch v yogim projevuje. Kdo se zasvěcuje yoze nebo již ji dokonal, jmenuje se yogi.



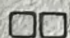
2. Co je třeba k yoze?

Yoga nežádá snad tupé ztrnulosti nebo snad umrtvení rozumové činnosti, ale žádá tím více pozdvižení mysli a zdokonalení intelektuelních sil do té míry, až jest celá bytost, celý člověk proniknut poznáním pravdy. Sebevýchova, poznání podstaty života a lidské přirozenosti, sebeovládání a láska ke všem žijícím bytostem, jsou pro toho, kdo se chce cvičiti v yoze, věcí velmi důležitou.

Čím více ve člověku poznání vzrůstá, tím více mizí před ním bída a strasti denního života.

Dojdeme-li k poznání, že pravý člověk nikdy neumírá, jak můžeme potom ještě míti strach před smrtí? Objevil-li člověk v sobě pramen vší dokonalosti, jak může potom ještě lpěti na planých a pomíjejících věcech?

Všechna bída a všechno utrpení pocházejí z bázně a neuspokojených tužeb. Kdo tyto dvě příčiny zla přemůže, pro toho není více bídy.



3. Co je účelem yogy?

V yoze jsou rozličné stupně. Musíme postupovati jen krok za krokem. Jedině sebepozorování a sebepoznání vede k cíli. Jestliže sami sebe pozorujeme, shledáme, že vědomosti rozumové závisí toliko na vědomí. Jsou vědomosti, jichž nejsme si vědomi, ba my nejsme si vědomi ani větší části svého bytí. Jsme si vědomi osob a předmětů, jež jsou kolem nás. Jsou to věci, které můžeme slyšeti, viděti a cítiti. Přijímáme-li potravu, děje se to vědomě, jestliže ji však přizpůsobujeme a přejímáme v krev, jest to postup, který se děje většinou bez našeho vědomí.

Tento postup zajisté nemůže býti proveden nikým jiným, než námi samotnými, nechceme-li mysliti, že v našem těle snad jest více osob. Nesmíme snad mysliti, že naším zaměstnáním jest jenom přijímati potravu, zatím co přizpůsobení potravy a stavba těla z té potravy jest obstarávána někým jiným.

Podobně má se to s rozličnými orgány těla, s rozličnými částmi mozku a s mozkem samotným. Těch věcí nejsou si lidé vědomi.

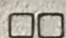
Můžeme však dosíci toho, že si můžeme všechny nevědomé činnosti a jednání přivésti k vědomí. Každá část těla, ano i srdce, může býti podrobeno vědomé vůli. V obyčejném životě jdou vnitřní orgány svou vlastní cestou, neboť nikdo z obyčejných smrtelníků nemůže na př. ovládati srdce.

Cvičeními yogy dosahuje člověk znenáhla schopnosti, že může nechati srdce tlouci přesně podle své vůle, ano, může tlukot jeho dokonce i zastaviti.

K tomu všemu je třeba dlouhých a trpělivých cvičení, při nichž může někdo snadno pochybiti a poškoditi se.

Cvičení se v yoze propůjčuje člověku sílu, že může již v tomto pozemském těle dosíci a požívati dokonalé blaženosti.

Ku dosažení blaženosti a poznání slouží především koncentrace a meditace. Čím více se na nějaký předmět soustředíme, tím lépe poznáváme jeho vnitřní přirozenost. Projevování se duševní síly je bez hranic. Čím je ta síla soustředěnější, tím mocněji může prouditi na určitý bod.



4. Poměr těla a duše k yoze.

Jedna část cvičení radža-yogy se pohybuje ve světě hmotném. Jest to jejich menší část. Hlavní část těch cvičení jest však povahy duševně duchovní.

Čím hlouběji do tohoto oboru vnikáme, tím lépe poznáváme souvislost mezi duší a tělem. Tělo a duše jsou v těsném vztahu navzájem. Duše působí na tělo a tělo působí na duši. Je-li tělo nemocno, vztahuje se

utrpení i na duši. Je-li tělo vzrušeno, jest znepokojena i duše, mysl a život myšlenkový. Je-li však duše přivedena ze své harmonie, upadá zároveň tělo v nesoulad a nepořádek. Většina lidí má duši jen málo vyvinutou a skoro úplně ovládanou tělem. Proto bývají pohnůtky mnohých lidí jen o málo vyšší a ušlechtilejší než u zvířat. Ku dosažení vlády nad tělem může býti použito jistých fysických pomocných prostředků. Je-li tělo poslušno vědomé vůle a je-li zdrávo, tu je snáze i duši vychovati. Vezmi jen každý to, a cvič se v tom, co můžeš pochopiti. Provozuje-li se se systemy yogickými tajemnůstkářství, měl by se člověk míti na pozoru. Vnitřní síla jest nejlepším vůdcem v životě. Tajemnůstkářství seslabuje vnitřní síly. Všeho pak, co seslabuje, máme se vystříhati. Kdo se chce cvičiti v yoze, má býti také úplně zdráv. Není-li zdráv, musí se dříve o své zdraví postarati. Ve IV. knize Kni-tově, která obsahuje kapitolu o zákonech „upsanických", se dovídáme, že očekává se od čely (žáka), aby nebyl tělesně nemocen. Nemoci a vady jsou nectnosti. Není dobře, aby choré tělo sloužilo za schránu vyššího života. Jest potom v nebezpečí, že se pod tíží okultních sil rozletí jako chatrný kotel tlakem páry. Budha srovnává tělo s lampou, která, má-li dobře svítiti, musí býti zdravá a čistá a naplněná olejem. Je-li poškozena, znečistěna a naplněna vodou, nebude svítiti.

□□

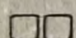
5. Potrava yogova.

Také na potravu musí býti vzat zřetel. Smí býti požito jen takové potravy, která napomáhá stavbě čistého těla a zároveň je přízniva vývoji vyššího duševního života. Jak různé povahy může vytvořiti potrava, můžeme pozorovati na zvířatech. Ve zvěřincích vidíme na př., jak jsou tygři a lvi neklidní, kdežto ohromní sloni mírní a trpěliví.

Čeho potřebujeme, není hrubá síla, nýbrž zdraví, proniknuté duševní silou. Máme si získati více síly nervové a mozkové, než svalové. Tělo se musí státi pružným a odporu schopným. Ve předpisech o žákovství, které nám získala z východu H. P. Blavatská, se praví: „Žák nesmí požívati žádné zvířecí potravy, a ničeho, co má v sobě život. Také vina, ani jiných opojných nápojů, ani opia nesmí žák požívati; neboť tyto věci jsou jako zlí duchové, kteří přilnou k tomu, kdo není bdělý a sžírají jeho rozum.“ H. P. Blavatská k tomu připojuje: „Víno a jiné opojné nápoje obsahují a uchovávají špatný magnetismus všech lidí, kteří se súčastnili výroby a maso každého zvířete jest stiženo psychickými zvláštnostmi dotyčného druhu zvířat.“ („Praktický okultismus.“)

Na počátku vývoje vnitřních sil musíme tedy dbáti o to, aby naše potrava byla vhodná. Později, když již jednou jsme vyvinutější, není této péče

tolik třeba, ač základních pravidel nutno vždy svědomitě dbáti. Nevyvinutého člověka můžeme porovnati s rostlinou, kterou musíme zabaliti, aby nebyla poškozena. Vzroste-li pak na strom, můžeme obal odstraniti, neboť jest potom dosti silnou, aby mohla všem nepohodám odolati.



6. **Náprava některých velkých omylů.**

Za otázkou: „Jak mohu co nejvíce uspíšiti svůj pokrok?“ často vězí přání naučiti se čarám a kouzlům. Mnozí myslí, že duševní pokrok záleží v tom, že se člověk dosti brzo domůže okultních sil, aby jimi jiné lidi ovládal. To je právě velikým omylem a kdo pouze po tomto baží, přijde na cestu černé magie a do záhuby.

Hlavní věcí jest vnitřní očista; potom následuje osvícení. Bez vnitřní očisty není osvícení, není pravé moudrosti, ani se nedosáhne sil bílé magie. *„Jen ti, kdož jsou čistého srdce, Boha viděti budou.“*

Dnes jest mnoho knih, které učí hatha-yoze, ač jejich spisovatelé o ní nemají mnohdy ani ponětí. Sem náleží knihy o dechovědě, které domněle učí Prânâyâmě. Podobným knihám bývá velmi často špatně rozuměno. „Prânâ“ znamená život a „âyâma“ znamená smrt, „Prânâyâma“ umrtvování vnějšího života. Mnozí se poškozují tím, že umrtvují vnější život dříve, nežli

v nich procitne život duševní. Při dýchání rozeznáváme trojí způsob, jenž jest podřízen pravidelnému střídání a odpovídá trojímu stavu mysli, nebo jest vlastně přiměřen dvěma polárním proudům v těle; při „Pingale" jest dech v pravé straně, při „Idě" v levé straně, při „Sushumně" uprostřed. Rozdílnosti dechu odpovídá rozdílný pohyb „Prâny" v člověku a ve vesmíru.

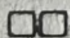
Vyšší, božské síly nedají se přinutiti ke službám člověka, který jest ještě pln sobeckých přání a žádostí. Jak praví Buddha, může ve člověku plném žádostí tak málo přebývati moudrost, jako mohou ptáci přebývati na stromě hořícím. Čtyři úporné boje, ve kterých musí obstáti žák při očistě svého vnitřního života, popisuje Buddha takto: „Tu budí mnich svoji vůli:

1. aby nedal vzejíti zlým a neblahým věcem, které ještě nevzešly;

2. aby zahnal zlé a neblahé věci, které již vzešly;

3. aby dal vzejíti věcem blahým, které dosud nevzešly;

4. aby blahé věci, které již vzešly, upevňoval a neuvolňoval, dále vyvinoval, odhaloval, tříbil a vyplňoval; proto kráčí zmužile v před a ozbrojuje srdce, aby bylo k boji připraveno." (Buddhovy řeči II., 320.)



7. Některé předpisy hatha-yogy o dýchání.

System hatha-yogy má jako každá jiná věc na světě své dvě stránky. Čeho může býti použito, toho může býti také zneužito, nebo z nevědomosti mylně použito. Cvičení dechová, která v nynějším čase předpisují jistá esoterická sdružení, mohou prospěti jenom těm, kdo pro ně mají nutnou duševní zralost a zkušenost, naproti tomu však mohou u nezralých lidí způsobiti mnoho zla.

Z physiologického stanoviska neděje se při dýchání nic pozoruhodného, než, že se čistý a na kyslík bohatý vzduch vdechuje do plic, při čemž se děje spalování. Při tom vzniklá kyselina uhličitá se vylučuje a venesní krev kyslíkem obohacuje. Ježto však obsahuje vzduch nejen hmotné, nýbrž také astrální a tak zvané duševní prvky, vyživuje se, sílí a oživuje také tělo astrální, děje-li se s dýcháním tělesným také současně dýchání duševní.

Dýchání se má prováděti takto:

1. zdlouha a hluboce vdechujeme;
2. zadržíme dech tak dlouho, pokud nám to nepůsobí přílišnou námahu;
3. zvolna a úplně vzduch vydechujeme z plic.

Hluboký vdech jest podmíněn důkladným výdechem. Aby se rozdělení a přizpůsobení se vdechovaného živlu mohlo díti klidně, nesmí následovati příliš rychle vdech za výdechem. Máme si

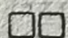
však uchovati stále klidnou mysl. Násilné provádění jest škodlivé. Klidnou myslí se může státi, že se uklidní také vnější dýchání. Tak může klidné dýchání způsobiti, že nastupuje klid mysli.

Duch, duše a tělo jsou v člověku spojeny v jeden celek a ovlivňují se navzájem. Působí-li v souladu, dociluje se úplné harmonie.

Volné dýchání podporuje volné myšlení a koncentrované volné dýchání má vliv na činnost dýchací. Člověk, jenž je pohroužen v myšlenky, bezděčně zadržuje dech.

Obyčejné vnější dýchání děje se organickou silou přírody, aniž by při tom člověk sebevědomě spolupůsobil. Ale jinak jest tomu, jestliže se zevnějším dýcháním pěstuje se zároveň dýchání duševní. Potom má člověk ve své moci, že může dobré pocity a myšlenky do sebe přijímati a je do svého duševního organismu vtěliti, jakož i že může vymýtiti pocity a myšlenky, které nejsou povznášející, a které jsou pro jeho vývoj nezpůsobilé.

Bedřich Rückert praví: „Člověk vdechuje poznání a vydechuje lásku.“



8. Potřebné vlastnosti.

Žák musí míti nezištné úmysly, všeobecnou blahovůli, a musí býti milosrdným ke všem živoucím bytostem. Nezištným úmyslem se rozumí:

Nedej, aby ovocem tvého dobrého jednání bylo to, co zamýšlíš.

H. P. Blavatská cituje případné místo z dopisu jistého mistra: „Jest nemožno dosíci spirituelních sil a jich použíti tomu, kdo má ještě třeba snad jen nejmenší přímĕsek sobectví, neboť, jestliže úmysl není docela čistý, přemĕní se spirituelní vůle ve psychickou a bude působiti na astrální pláni, což může míti strašlivé následky.“

„Dříve než sdělíš jakožto učitel svému Lanu (žáku) dobrá a svatá slova praktických poučení (Lamrin), musíš pečovati o to, aby jeho mysl skrz na skrz byla čistou a v pokoji se vším. Jinak rozptýlí se slova moudrosti a dobrého zákona a budou větrem odváta.“

Hlavní věc, abychom se stali zralými pro yogu záleží v tom, aby každý rozpoznal jednotu božského bytí ve všech tvorech a aby tomuto poznání přiměřeně jednal. Všecky osobní ohledy musí ustoupiti, jestliže máme něco velkého pojmouti a provésti.

Sebeovládání, pevný charakter, cílevědomost, vnitřní klid, sebedůvěra, oddanost, cudnost, snaha po vnitřní svobodě, skromnost, blahovůle a útrpnost jsou nutné vlastnosti, bez nichž není duševní pokrok možný. Každý náboženský system jim učí, každý je zná, ale jen málokdo jich dbá a poslouchá.

V tom záleží hlavně radža-yoga, královské umění, jemuž každého člověka učí jeho vnitřní vůdce.

Schopností a sil zvířecí přirozenosti (astrálních nebo fysických sil) může býti použito od lidí sobeckých a pomstychtivých i nesobeckých a vše odpouštějících; ale schopnosti a síly ducha jsou k službám jen tomu, kdo jest úplně čistého srdce. To jest magie božská.

O všeobecné blahovůli a útrpnosti se všemi živoucími bytostmi praví H. P. Blavatská v listě k americké sekci theosofické společnosti 1889:

„Nikdo nemůže vstoupiti do pravého vnitřního života, leč v nejvyšším a nejopravdovějším duchu bratrství. Každý jiný pokus bude marný, nebo vetřelec zahyne na prahu.“

Cvičení dechová přinášejí nejvíce užitku, jestliže se konají v hodinách vnitřního klidu a se zbožnou duší.

Kdo chce získati duševně božských sil, aby jich použil ke svým sobeckým účelům, má na konec z toho jen škodu. Kdo nosí v sobě nečisté myšlenky a žádosti, nebo jehož cílem jest ukojení vlastní zvědavosti, ten přitahuje takovými cvičeními živly souvztažné, škodlivé a nižší, z čehož povstávají nejen škodlivé účinky na nervový systém a dýchací ústrojí, nýbrž i duše bývá tím otravována. U osob, které pro porozumění yogické praxi ještě nejsou zralé, a které vyvolaných okultních sil užívají zvrá-

ceně, mohou povstati nemoci nejrůznějšího druhu, rovněž se jeví při tom často mravní klesání, ano ani šílenství, smrt nebo sebevražda nejsou řídké.

Teprve v novější době stala se cvičení yogy přístupna širšímu obecenstvu. Ve všech dobách byla tato věda považována za svatou a nikdy nesměla býti sdělena lidem světským, nesvatým, vysměvačům a pochybovačům, aby se zabránilo neštěstí a zneužití.

Čela (žák) musí míti opravdovou a neochvějnou důvěru v zákon božské spravedlnosti (karmu).

Musí si získati mysli, která za všech okolností i tváří v tvář smrti zůstává neochvějnou.

O mysli, které jest nevyhnutelně třeba k zasvěcení (initiaci) praví H. P. Blavatská: „Kdo plně rozpoznal moc svého nesmrtelného ducha, a nikdy ani na okamžik nepochyboval o jeho všemohoucí ochraně, neměl se čeho báti. Ale běda tomu uchazeči, jemuž nejtišší fysická bázeň — tento seslabující výtvor látky — odňala rozhled a důvěru ve vlastní nezranitelnost.“

Pro toho, kdo jest opravdový a upřímný, kdo se stále snaží jednati nezištně, není nebezpečí, neboť jest tímto způsobem již předem proti každému pokušení ozbrojen.

Bázeň a nenávist jsou v podstatě totéž. Kdo se ničeho neobává, nikdy nepocítí nenávisti a kdo nenávisti nemá, nebude nikdy míti bázně. (Tajná věda, III., 541.)

□□

9. Duchovní dýchání.

Mezi životem člověka vnitřního a člověka vnějšího může nastati spojení (yoga) a to tím, že se harmonicky spojí dýchání zevnější s dýcháním vnitřním, nebo-li duchovním. Duchovně dýchati může však jen člověk vnitřní, když byl procitl nebo se duchovně znovuzrodil.

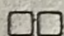
Pomocí „Prânâyâmy" může býti hmotné životní síly použito k tomu, aby byl rozmnožen život duchovní.

Jestliže však některému člověku duchovní život, jejž by mohl rozmnožiti, schází, může u něho velmi snadno zmíněnými cvičeními nastati porucha v nervových proudech, z čehož povstávají rozličná zla a utrpení, jež jsme právě vylíčili.

Čela (žák) musí vytušiti pocitem, že božský duch (Atmâ) v něm samém jest. V jednom dopise jistého mistra stojí o tom: „. . . Kolik z vás jich pomohlo lidstvu nésti i jen to nejmenší břímě? A vy se považujete za žáky theosophie? O, vy lidé západu, kteří byste se rádi vydávali za spasitele lidstva a neumíte ušetřiti ani života komára, jehož bodnutí vás ohrožuje? Vy že byste mohli míti podílu na božské moudrosti a mohli se státi učedníky moudrosti? Nuže, pak se chovejte jako bohové, když se vtělují. Považujte se za nositele veškerého člověčenstva, považujte lidstvo za část sebe sama a podle toho jednejte . . ." To jsou zlatá slova; kéž byste si je vštípili!

Tak zvanému duchovnímu dýchání, při němž učedník vyzařuje lásku a pokoj na všecky bytosti, ať stojí níže nebo výše nežli on, učí Buddha takto:

„S myslí láskyplnou, útrpnosti plnou, pokoje plnou a nepohnutou, vysílá paprsky proti jedné, potom proti druhé, pak proti třetí a potom proti čtvrté straně světové, rovněž vzhůru a dolů: vůbec a ve všem sebe znovu poznávaje, prozařuje celý svět myslí plnou lásky, útrpnosti, pokoje a nepohnutou, dalekou, hlubokou, neobmezenou, hněvu a zášti prostou.“



10. **Duchovní pokrok.**

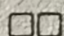
Duchovní pokrok přichází sám sebou, snaží-li se člověk o to, aby stále jen dobré myšlenky pěstoval a ve společnosti takových žil. Zdravé a harmonické myšlení činí také tělo zdravým a harmonickým. Nespokojeností, melancholií, nenávistí, škarohlídstvím, smyslností, ješitností, šťouralstvím a vším, co ze sobectví vzniká, poškozuje se duše i tělo.

Dodnes je velmi mnoho těch, kdo touží stále po nových předpisech a nových knihách, aniž by uposlechli třeba těch nejjednodušších právě obdržených pravidel.

V bibli jest vyjádřena právě na to se vztahující pravda takto: „Hledejte nejprve království boží

(království pravdy) a všecko ostatní bude vám přidáno (až budete zralí ku přijetí toho)."

Také knižní moudrost bez koncentrace jest bez účinku zrovna tak, jako víra beze skutků. Úplné vědění všeho toho, co kdy o yoze bylo napsáno, není ještě s to, aby nám poskytlo moci ku provozování yogy. Radža-yoga má za základ altruismus a ctnost, zatím co hatha-yoga se zabývá více fysickými hnutími a předpisy, jež se vztahují pouze ku přítomné osobnosti.



11. Ctnosti.

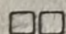
Bývá často položena otázka, zda by člověk se mohl dodělati výsledku v koncentraci pouhým konáním ctnosti. Na to třeba odpověděti, že sice poskytuje ctnostný život beze vší pochyby velmi mnoho zásluh, ale sám o sobě ještě nepostačí ku zabezpečení plného výsledku. Již Buddha pravil: „. . . Máte zanechati i toho, co jest pravé, nerku-li bezpráví." Tato a podobná slova byla ovšem určena jen pro jeho učenníky.

Zásluhy, které bývají vyvolány pouhým ctnostným životem, vedou dotyčného k poměrům, že jest mu snáze prováděti koncentraci, buď již v tomto nebo pozdějším vtělení.

Dnes nalézáme ve všech evropských řečech množství knih o magickém vyvolávání, obřadech,

zaříkáváních atd., které jsou pro mnohé velmi přitažlivé, které však nejsou než ztrátou času a peněz. Jejich autoři měli ponejvíce vědomosti jen povrchní a nejistotu svého vlastního duševního stavu snaží se před čtenářem pečlivě ukrýti.

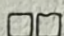
Kdo chce prováděti yogu, u toho musí tvořiti ctnosti část jeho života; on se však musí také o to starati, aby se jejich filosofickému oprávnění naučil zcela rozuměti. Ctnost se musí u něho státi věděním.



12. **Manas (mysl).**

Mysl (manas, princip myslící) jest velmi důležitým činitelem ve snaze po koncentraci (soustředění). Tomuto principu věnuje Patanjali ve svých yoga-řečech mnoho pozornosti. Praví, že mysl se přizpůsobí jakékoliv věci nebo bytosti, na niž je řízena. V poznámkách se o tom praví: „Vnitřní orgán (ústrojí) jest tu (ve spise Vedanta Taribhasa) srovnáván s vodou vzhledem k jeho pohotovosti přizpůsobiti se každé formě, do které vstupuje. Jako voda nádržky, když otvorem vylitá vstoupila kanálem do nádoby, se utvoří do 4 rohů nebo jinakým způsobem, právě tak, jak nádoba jest utvořena, zrovna tak jest projevující se vnitřní ústrojí, mysl, skrze obličej nebo nějaký jiný průchod (kanál) k nějaké věci, na příklad hliněnému

džbánu vedená, pozměněna formou džbánu nebo jiné věci. Tento změněný stav vnitřního ústrojí (orgánu) neboli mysli jest to, co se jmenuje jeho modifikací (přizpůsobivostí).



13. Sebekontrola.

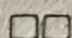
Skrze smysly projevuje se (vyzařuje) duše na venek, proto pro každého, kdo touží po koncentraci, jest nutno tyto (smysly) míti pod dozorem. V bhagavad-gitě (kap. 15.) stojí o duchu, jakožto vládci pozemské přírody a smyslů: „Kdo ovládá ucho, oko, pocit, chuť, čich, jakož i mysl, navazuje tím spojení mezi sebou a světem smyslným.“

Lidská bytost jest zakletým domem, do kterého stále vcházejí a vycházejí hosté, nad nimiž nesmí člověk nikdy ztratiti kontrolu, má-li všecko v pořádku zůstati, chce-li míti vlastnost domácího pána. Člověk může se sám pozorovati, když stále bdí nad tím

1. co jí,
2. co vidí,
3. co slyší,
4. co čte,
5. co myslí.

Vnitřní smysly, nebo-li ústrojí, dostávají své dojmy o zevnějším světě pomocí orgánů vnějších. Utvoří se dle toho a zrcadlí tyto dojmy dle jejich

vlastností opět v duši. Odtud ta důležitost toho, co do sebe přijímáme. Prostřednictvím oka při čtení vpravuje se mysl do čtené formy. Sluchem vpravuje se do formy idee, jež se jeví v řeči. Pocity, jako studeno a horko, ji přizpůsobují přímo nebo nepřímo upoutáváním nebo shromažďováním, mezitím co rozličné vjemy a pocity dohromady působí.



14. Jasnozření.

Jasnozření neboli zírání do astrálního světla jest něco, co mnohé vábí, aby prováděli yogu. Mohou se ho domáhati jak čistí a nezištní lidé, tak zištné a sobecké charaktery. Prvnějším nepřinesou cvičení žádných nehod, ježto pohnutky jsou ryzí a čisté. Ziskuchtivý a do své osobnosti zaujatý člověk zneužije vyvinutých schopností ku své škodě a ku škodě člověčenstva.

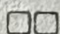
Systém radža-yogy nepovažuje za svůj úkol vyvinouti psychické (astrální) schopnosti jako jest jasnozření a pod., nýbrž má za úkol pozdvihnouti vědomí na čistě duchovní, spirituelní úroveň. Když se toto stane, připadnou člověku všecky psychické schopnosti docela samy sebou.

System hatha-yogy vyvíjí nejprve psychické síly, jimiž potom duchovní svět má býti povznesen.

To však jest cesta, která má mnohá nebezpečí, protože mnozí ztrácejí k tomu potřebnou trpělivost, vytrvalost, sebedůvěru a sebeovládání a na konec zabřednou do černé magie. Pro netrpělivé lidi naší moderní kultury jest tedy tato věda dvojsečným mečem.

Ten však, kdo žije přesně dle pravidel radža-yogy, málo se o to stará, získá-li tak zvaných nadsmyslných schopností nebo ne. Dbá především o to, aby celá jeho duševní a tělesná bytost byla silná a čistá, čímž svoje vědomí pozvedána spirituelní úroveň světů. Všecko svoje umění a vědu věnuje velikému celku, s nímž se cítí jednotným.

Schopnost zírání v astrální světlo nastupuje v tom okamžiku, kdy se vyvinul k tomu potřebný orgán, oko. Zrovna tak, jako člověk může viděti svýma tělesnýma očima, jsou-li otevřeny, může také zírati v astrální světlo, je-li vytvořeno a otevřeno astrální oko.



15. Koncentrace a meditace.

Pohroužení se v nitro jest první věcí, jíž se musí člověk učiti, chce-li provozovati yogu. To jest si třeba zapamatovati. Ku dosažení toho jsou cesty rozličné. Při pohroužení se v nitro jsou vnější smysly nečinny a proto musí nastati úplné ovládání všech smyslů a celého těla.

Rozum má se cvičiti v koncentraci a kontemplaci. To je sice dlouhé cvičení, ale není možno je obejíti. Nařiditi myšlénkové síly po nějakou dobu na určitý vnější předmět není příliš těžké. Ale tytéž síly soustřediti do nitra jest již mnohem těžší, poněvadž duše je smysly tažena na venek.

Jiná obtíž záleží v tom, že máme při pohroužení se v nitro mysl uklidňovati a v tichosti držeti tak dlouho, až jest pevně namířena na předmět, na který se má koncentrovati. Nepřijde také pouze na to, zda člověk svou řeč, svá slova ovládá. I když třeba zevně ničeho nepraví, může přec intellekt, rozum, sám s sebou hovořiti a své myšlénky ve slova odívati, třeba že tato též fysicky nejsou slyšitelná. Tato slova jsou tak skutečná, jako slova vyslovená hlasitě. Toto vnitřní mluvení může býti utišeno vůlí. Třeba docíliti schopnosti, abychom utišili netoliko hlasy intellektu nebo rozumu, nýbrž i hlasy smyslů a všecka hnutí mysli. Toho je třeba již i k vůli zdraví.

Koncentrace jest opakem rozptýlení. Jestliže se člověk na něco koncentruje, shromažďuje všecky síly smyslů, rozumu nebo intellektu, své síly myšlénkové i své vědomí a směřuje jimi na dotyčný předmět. Tím činí pořádek ve svém životě myšlénkovém.

Jestliže se nekoncentruje člověk na nějaký předmět, nýbrž na sebe sama, na čistý podmět v sobě samém, stává se koncentrace meditací.

Meditace jest tolik jako duchovní pozdvižení, sebeovládání. Duše pozdvihuje se do čistého vědomí a prožívá totéž v sobě. Pokud však ještě vězí v člověku sobecké zájmy, pocity a myšlénky, jest toto vnitřní povznesení do neosobního bytí a života nemožné, neboť se tyto věci věsí potom na duši jako olověné závaží.

Jakub Böhme praví: „Nechte, abychom obrazy písmen v sobě všecky zničili a usmrtili, aby žádný na živu nezůstal a nenechte nás déle, abychom nevěděli, co máme od Boha žádati jakožto jediné, co Bůh v nás a skrze nás věděti chce." (Mysterium, 36.) Jestliže vlastní vůle odumře sobectví, jest osvobozena od hříchů.

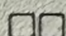
Býti prázden všeho stvoření znamená býti pln Boha a býti pln všeho tvorstva znamená býti Bohaprázdný. Kdo chce všecko obdržeti, musí nejprve všeho se vzdáti.

Pravá víra je opakem všech vnějších zkušeností a poznatků, protože je jakýmsi neodůvodnitelným světlem. Jako toto nevystižitelné světlo, tak osvobozuje nás víra velikostí vědění od mnohovědění, velikostí chtění od žádostivosti, a plností obrazů od obrazotvornosti.

Kontemplace (vnitřní obhlídka, meditace), poskytuje duši základ a účinkující život náleží silám. Oboje si neodporuje, nýbrž spíše jedno druhé podporuje.

Mohlo by se uvésti mnoho dokladů mystických a okultních děl západních zemí, která nasvědčují tomu, že to, co se na východě yogou nazývá, i na západě dobře bylo známo.

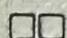
Mystika a yoga jsou v jistém smyslu totéž. Od mystiky však musíme dobře rozeznávati to, co se obyčejně jmenuje mysticismem. Mysticismem rozumí se obyčejně pobožnůstkářství a tajemnůstkářství. Naproti tomu jest podstatou pravé mystiky světlo a jasnost.



16. Samadhi.

Nejvyšším stupněm meditace je samadhi (slovo sanskritské). Jest to sjednocení s nejvyšším duchem (Atmou) a záleží v tom, že vědomí člověka splyne s vědomím božským. Tento případ může nastati ještě i za vtělení člověka na zemi. Vyžaduje však úplného vzdání se všeho světského a proto jest možno jen yogimu, jenž svoji mysl od světských idejí a snah očistil a vyvinul potřebnou fysiologickou organisaci, jíž je třeba ku zažití tohoto nejvyššího spirituelního povznesení. I někteří křesťanští mystikové mají schopnost vcházeti do tohoto vznešeného stavu samadhi. Čím více člověk zasvěcuje svůj život službě Boha, tím více ho zasvěcuje Bůh do svých tajemství a člověk posléze projde branou zasvěcení, což není vnějším obřadem,

nýbrž duchovním životním procesem, znovuzrozením v nitru člověka a člověk tím získá magickou sílu a moudrost. Vstupuje do bratrstva velké lóže adeptů a stává se božským mágem.



17. Dosažení okultních sil.

Když člověk na cestě morálního a intellektuelního vývoje pokročí tak daleko, že může v sebe přijati duchovní síly, může se mu od duchovního učitele (Guru) dostati návodu ku dosažení okultního vědění a okultních sil. Tím přichází do stavu, v němž může značnou měrou přispívati ku vykoupení všech a tak lidstvu větší pomoci poskytnouti.

Člověk se musí nejprve učiti, aby stál pevně v objímající nezištné lásce, v neosobním duchovním vědomí.

Okultních sil, které se v čelovi stávají zjevnými, smí býti jen k neosobním účelům použito. To jest bílá magie. Kdo jich zneužívá k osobním nebo docela špatným a zlým účelům, provozuje magii černou. Snižuje při tom svou vyšší přirozenost a pozbývá jí konečně. Hypnosa a podobné praktiky jsou počátky černo-magického působení.

Proto jsou okultní síly pro nemoudrého a sobeckého člověka věcmi, které jemu i jiným na konec škodí. Vývoj čelův dovršuje se za stálých zkoušek.

Vlastní nižší přirozenost stojí proti němu a jest jeho úlohou, aby ji přemohl.

Ježto žákovství přináší s sebou mnohá nebezpečí, varuje H. P. Blavatská slovy: „Nenabízej se nikdy za čelu (žáka), nýbrž čekej, až žákovství samo na tebe sestoupí. Snaž se především nalézti sama sebe a cesta poznání se před tebou otevře.“



18. **Složení člověka.**

Ve člověku možno jest rozeznati sedm stavů bytí, forem vědomí, nebo úrovní.

Abychom rozdělení to zjednodušili a učinili srozumitelnějším, chceme zde uvésti místo sedmidílného složení člověka nejprve složení trojdílné:

1. **Sthula-Šarira,** fysické, hrubohmotné tělo, které je sídlem materielního vědomí a života vnějšího. Obyčejný „materielní“ člověk žije ponejvíce v tomto vědomí.

2. **Sukshma-Šarira,** tělo astrální, které je sídlem vědomí vnitřního člověka.

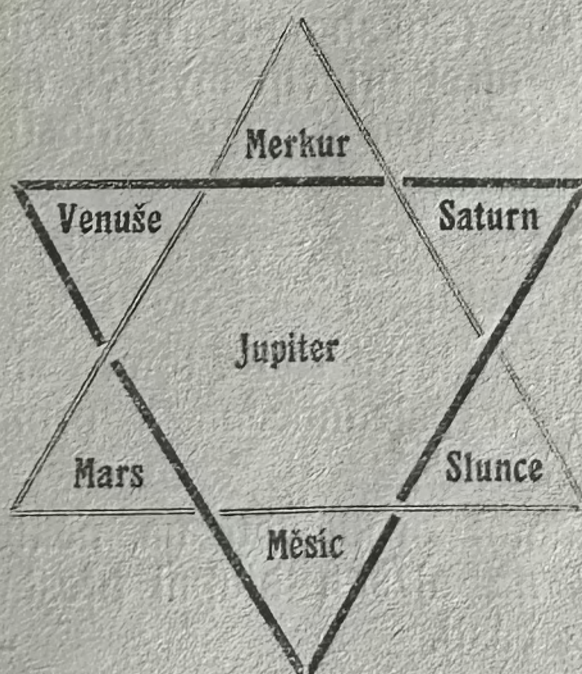
S procitnutím astrálního vědomí v těle nastupuje také nový a vyšší i obšírnější způsob vnímání, pocitu a vědomí. U obyčejného člověka není vědomí tohoto astrálního těla činno. Vnitřní člověk není si ještě vědom sama sebe.

3. **Karana-Šarira**, tělo, které těmto oběma tělovým zjevům jest základem. Jest to myšlénkové tělo, sídlo duchovní a intellektuelní činnosti. (Tělo příčinné, kausální.)

Nejvyšší duch (Atma) v člověku není v té trojici spolu uveden, ježto jest úplně neosobním principem.

Sedm principů po pořádku se nazývá:

1. Nejvyšší duch (Atma).
2. Duchovní duše (Budhi). Jest obalem Atmy.
3. Budhi-Manas (vyšší princip myslící, mysl).
4. Kama-Manas (nižší princip myslící, pozemský rozum).
5. Kama, duše zvířecí.
6. Prana, princip životní.
7. Linga, tělo aetherové, z něhož jest vytvořeno viditelné hmotné tělo, Sthula-Šarira.



Připojený obrázek označuje sedm principů neboli základních sil člověka. Každý princip má svoji určitou barvu i svůj tón, a sice:

Jupiter = Atma; barva modrá, tón sol.
Merkur = Buddhi; barva žlutá, tón mi.
Venuše = Budhi-Manas; barva indigo, tón la.
Saturn = Kama-Manas; barva zelená, tón fa.
Mars = Kama; barva červená, tón do.
Slunce = Prana; barva oranžová, tón re.
Měsíc = Linga; barva fialová, tón si.

Poněvadž jest Atma původem a úhrnem všech ostatních šesti principů, které v mnohosti tvoří jednotu, jest jeho značka ve středu a značky ostatních principů jsou v rozích dvojitého trojúhelníka.

Viditelné, materielní tělo objímá tělo aetherové (Linga-Šarira) a pranu, životní princip.

Astrální tělo (Sukshma-Šarira) objímá Kama a Kama-Manas, nižší princip myslící, neboli pozemský rozum, který jest Kamou žádostí nebo vášní protkán a zakalen.

Karana-Šarira objímá vyšší princip myslící, jinými slovy ušlechtilejší část mysli a intelligence.

Všecka tato těla nejsou v tomto životě od sebe odloučena, nýbrž sjednocena a pronikají se navzájem.

Má-li vědomí prodlévati na některém vyšším stupni, musí na nižším stupni přestati existovati zcela nebo z části.

19. Skryté síly v člověku.

Znalost přírodních sil v lidském těle skrytých jest velmi důležitá pro ty, kdož dosáhli v duchovním vývoji jistého stupně a kdož tyto síly v sobě sami vyvinouti chtějí. Vnitřní člověk, tělo astrální, má svoje orgány zrovna tak jako tělo fysické. Čím jsou na př. ve fysickém těle nervy, tím jsou v těle astrálním „nady“, které můžeme označiti jako způsob magnetických proudů.

Síly astrálního těla náleží sice vyššímu stupni bytí, ale dávno ještě nejsou čistě duchovní povahy. Astrální tělo má astrální smysly, které mají převahu nad smysly pozemskými, poněvadž jsou způsobilé přijímati záchvěvy astrální hmoty, která jest značně jemnější než pozemská látka.

Nadami se pohybuje životní síla v astrálním těle. Tuto životní sílu, kterou můžeme srovnati s elektromagnetickými proudy, může člověk dle libosti rozváděti a nechati ji ve svém těle brzy zde, brzy tam obíhati; k tomu jest přirozeně třeba, aby v něm duchovní vědomí, vnitřní vnímání procitlo až do jistého stupně, aby rozpoznal svou vlastní vnitřní organisaci pocitem.

Podle nauky yogů jsou dva nervové provazce v pateři, „ida“ a „pingala“ a dutý kanál „sushumna“, který prostupuje pateří. Jako máme na př. co činiti ve fysickém těle s cirkulací krve a s „aortou“, „venou“, „kavou“ atd., tak nalézáme v astrálním těle „idu“ a „pingalu“, jakož i „sushumnu“.

Sushumna jest nejdůležitější. Na dolejším konci dutého kanálu jest orgán, který yogové „lotusem kundalini“ nazývají. Píše se, že jeho forma jest tvaru trojúhelníka, v němž je spirálně navinutá síla „kundalini-šakti“. Jest to jedna z mystických sil způsobilá jak ku plození, tak k usmrcování.

(V knize: „Jeskyně a džungle Hindostanské“ od H. P. Blavatské, mluví se o jistém adeptu Gulab-Lal-Sing, který právě touto silou usmrtil tygra, chtějícího se vrhnouti na společnost.)

Svâmi Vivekânanda praví o tom: Probudí-li se „kundalini“, snaží se stoupati „sushumnou“, a zatím co od stupně ke stupni stoupá, rozšiřuje se duch krok za krokem a na yogiho přicházejí ony rozličné vidiny a podivuhodné síly, o nichž jsme tak často čítali. Dosáhne-li mozku, jest yogi úplně odloučen od těla a intellektu, duše je volná. Idu, pingalu a sushumnu nelze zevně ukázati, poněvadž nenáleží ke světu fysickému. Pokud nebude znáti moderní věda, že skutečně existuje tělo astrální, potud zůstane jí zahalena věda yogy. Abychom rozpoznali svou vlastní vnitřní organisaci, k tomu jest třeba vyššího stupně duchovní schopnosti rozpoznávací, které však většina učenců nemá. Dnes tak rozšířený nemrav pití alkoholu mnoho přispěl k tomu, že orgán duchovního nazírání, limbová žláza (Conarium) spojená s „Thalami optici“ v našem věku se skoro úplně scvrkla.

Lihové nápoje, pohlavní výstřednosti, hmotařské myšlénky způsobují pokaždé

ohromení duchovní schopnosti nazírací a působí též na nervovou podstatu těla rušivě.

Podle učení yogů mají nady čtrnáct hlavních kmenů a odboček prý 75.000. Z těchto čtrnácti jest sedm přiděleno smyslovým orgánům a sedm výkonným orgánům. Při nynějším stavu vývoje přichází však jich v úvahu jen pět. Druhé dva nejsou ještě vyvinuty.

Pět výkonných orgánů jest:

1. Jihvâ (vâc), jazyk (řeč).
2. Hastan, obě ruce.
3. Padan, obě nohy.
4. Pâyu, řiť.
5. Upasha, pohlavní ústrojí.

Pěti orgánům smyslovým odpovídají živly a vlnění aetheru, jež sluje „tatvami"; v nich povstávají podněty slyšení, vidění, chutnání, čichání a cítění.

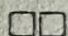
Tyto tatvy jsou:

1. Akâša, živel aetheru, princip tonu. (Aether).
2. Vâyu, živel stavu duchotvárného, princip pocitu. (Vzduch.)
3. Tejas, živel světelných a tepelných úkazů, princip vidění. (Oheň.)
4. Apas, živel tekutého stavu, princip chuti. (Voda.)
5. Prithivi, živel hmotného stavu, princip čichu. (Země.)

Těchto pět tatev je obsaženo v každém těle, ať aetherickém, tekutém nebo pevném, ať světelném nebo vzdušném. Podle povahy bude míti přirozeně převahu v některém těle živel ohně, v jiném živel vody, nebo jiný živel. Z toho povstávají také rozličné temperamenty (povahy) atd.

Člověk bude míti vyvinuto na konec svého vývoje v této manvantáře (tvůrčím cyklu) sedm orgánů smyslových a sedm orgánů výkonných.

Kdybychom chtěli o těchto věcech pojednati, přesahovalo by to rámec tohoto pojednání. (Vážného a důkladného badatele poukazujeme na patřičná místa Blavatské „Tajné nauky I. a II. díl“, na „Esoteriku“, jakož i na „Odhalenou Isidu“ a Narrainasvami Iyer-ův spis „Lotusové květy“, r. 1893 a pod.)



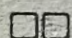
20. Nady.

Ve středu slunečního pletiva na pupku jest místo zvané „kantha“ a z něho vycházejí nady.

Tři nejdůležitější z nich, již jmenované ida, pingala a sushumna, stoupají vzhůru až k „sahasvaře“ neboli limbové žláze v hlavě a odtud jdou opět dolů probíhajíce „medullou oblongatou“ a pateří, sestupují k „sacralplexu“ a „muladhaře“ a vracejí se do středu „kanthy“. Vivekânanda praví k vy-

světlení toto: „Víme, že mícha je složena prazvláštním způsobem. Položíme-li vodorovně osmičku ∞ tvoří dvě části spojené uprostřed. Klademe-li nyní osmičky na sebe, máme míchu. Po levé straně jest ida, po pravé pingala a kanál jdoucí středem je sushumna. Tam, kde mícha končí v ledvinovém obratlu sbíhá se v jemné vlákno, v němž postupuje i kanál, ale ovšem mnohem jemněji. Kanál je na spodním konci uzavřený a ten konec je blízko sacralplexu, jenž má dle udání moderní fysiologie formu trojúhelníka.

Praví se, že sushumna vykonává v „karanašariře“ skoro tytéž funkce jako srdce v těle fysickém.



21. **Pletiva.**

Podle „upanishad“*) jest v astrálním těle šest hlavních sídel životní činnosti (hlavních pletiv). Úhrnná činnost má původ v pletivu sedmém.

V bibli a v indické mythologii jsou síly obsažené v tomto pletivu znázorněny allegoricky. Sedm „obcí“ nebo „církví“ uvedených v „apokalypse“**) vztahuje se na sedm hlavních sídel životní síly

*) Upanishad (skt.) = tajná nauka; jsou to oddíly Ved (prastarých indických knih posvátných) obsahující esoterní výklady.

**) Kniha zjevení Nového zákona symbolická a mystická; psal ji sv. Jan ev. na ostrově Pathmu za vlády Domitiánovy.

v lidském organismu. Duchovní síly mají své příslušné orgány ve fysickém těle.

Rozličná nervová pletiva, která mají svá ústředí v míše, jsou vnějšími sídly některých sil.

Počínáme „muladharou“, základnou, a končíme „sahasvarou“, tak zv. tisícilistým lotusem v mozku. Při každé z těchto sil jest třeba rozeznávati jednu sílu positivní a jednu negativní, nebo, jinak vyjádřeno, mužský a ženský účinek, vyjma pletivo sacralis (muladhara), v němž je tato síla jen mužská. Nad tímto je ženská síla jménem iccha-šakti, která propůjčuje člověku mystické síly, je-li přemožena síla mužská, ležící ve spodnějším pletivu. Toto pletivo (muladhara) odpovídá živlu země-prithivi.

Nejbližší pletivo je „svadhisthana“ (apas), které odpovídá vodě. Třetí je „manipuraka“, sluneční pletivo, neboli krajina ohně. Čtvrté pletivo se nazývá „anahata“ a má své sídlo v srdci. Jemu odpovídá vzduch (vâyu).

Páté se nazývá „višudhi“. Jeho sídlo je v krku, v jícnu a představuje akašu (zvuk). Šesté je „aguha“. Představuje šestý živel „tatvu“ a odpovídá mu čelo (intelligence). Sedmé ústředí je „sahasvara“, Bůh, neboli prasíla, limbová žláza, tisícilistý lotus v mozku. Zde uvedené síly (cakras) jsou ve spojení se sedmi přírodními silami v naší sluneční soustavě, které se názorně nazývají planetami.

Muladhara	odpovídá	saturnovi, živlu země.
Svadhistana	„	jupiterovi, duši.
Manipuraka	„	martovi, ohni nebo síle.

Anâhata	odpovídá	venuši, přítažlivosti a lásce.
Višudhi	„	merkurovi, myšlení.
Aguha	„	lůně-měsíci, mysli.
Sahasvara	„	slunci, moudrosti.

□□

22. **Ida, pingala a sushumna.**

Ida a pingala odpovídají citovým a pohybovým nervům v míše. Ida a pingala jsou ony kanály, kterými procházejí přitékající a odtékající proudy. Je známo, že všecky pocity a pohyby těla jsou telegrafovány do mozku, při čemž nervová vlákna slouží za vedení.

Jedná se nyní o dosažení schopnosti k vysílání zpráv a k přijímání jich bez použití tohoto vedení. Podle nauky yogů je to možné a také v přírodě můžeme tuto skutečnost pozorovati.

Pokud jsme na tuto nervovou tkáň vázáni, to jest pokud ještě jsme nuceni jí používati jako vedení, jsme vázáni na látku a hmotu. Yogové tedy učí: „Nechej protékati proudům „sushumnou“, středním kanálem pateře, bez používání nervových vláken ku vedení a rozluštil jsi problém“.

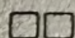
V nervových provazcích probíhají, jak známo, dva druhy proudů; jeden pocitový, druhý pohybový; jeden přivádějící, druhý odvádějící; jeden dostředivý,

druhý odstředivý. Jeden provazec nervový sprostředkuje pocit k mozku, druhý z mozku k zevnějšímu tělu.

„Sushumna“ není u obyčejného člověka volna a žádný proud v ní neobíhá.

Účel „pranayamy“ záleží tedy v tom, probuditi v „muladhaře“ dřímající sílu „kundalini“. Probudila-li se tato a vstoupila-li do kanálu „sushumny“, dosáhl člověk schopnosti činiti duchovní pozorování.

„Sushumna“ jest ve svém běhu provázena „idou“ a „pingalou“. Vstoupají do hlavy až do středu mezi obočím, potom se dělí na pravo a na levo a sjednocují se v týle opět se „sushumnou“. Tímto způsobem dospívají síly proudící nadami k rozličným nervovým ústředím nebo pletivům právě uvedeným.



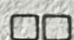
23. **Správné dýchání.**

Věnují-li yogové správnému dýchání zvláštní pozornost, má to svůj zvláštní důvod. Pohybují-li se všechny molekuly jedním směrem, tvoří se patrně elektrický pohyb. Účel rythmického dýchání a harmonického přemýšlení záleží tedy v tom, abychom vpravili všem molekulám těla snahu, aby se pohybovaly jedním směrem. Nervové ústředí, které řídí dýchací orgány, působí určitě na provazce nervové. Leží naproti hrudnímu koši na pateři a ovládá zároveň všecka podružná ústředí. Dechovými cvi-

čeními má se tělu dostati rythmické činnosti. Prostřednictvím dechového ústředí mohou ostatní ústředí býti ovládána. Dráhy nervové přicházejí do jistého způsobu elektrického pohybu, neboť jest dokázáno, že vůle se jaksi zelektrisuje, uplatňuje-li se v nervových provazcích.

Jestliže se všecky pohyby a orgány těla staly úplně rythmickými a myšlení harmonickým, představuje tělo jaksi ohromnou baterii vůle. Duch má vládnouti nad hmotou. V „cakrách" dřímající síly mohou býti probuzeny tím, že čela své vědomí do nich noří a duchovně v nich přebývá. Pouhé myšlení o sobě neprospívá, neboť musí při tom býti vůle (láska). Probuzení se děje tvůrčí silou „kundalini".

Je-li tato síla uvolněna a uvedena v činnost a vědomě vedena, proudí kanálem sushumny a na rozličná ústředí postupně působí, musí nutně nastoupiti kolosální reakce (zpětné působení). Když velké množství této mocné energie, která se nahromadí dlouhým vnitřním uvažováním, probíhá sushumnou po délce a na ústředí účinkuje, jest reakce (zpětné působení) nesmírná, mnohem větší a vyšší než reakce při snění a představách, mnohem intensivnější než působení pocitů smyslových.



24. **Magické síly v člověku.**

Tajné, mystické neboli magické síly v člověku jsou:

1. Parašakti, nejvyšší tvůrčí síla.
2. Iňânašakti, moudrost nebo sebepoznání (inteligence).
3. Icchâšakti, duchovní sebevědomá síla vůle.
4. Kriyášakti, síla sebevědomé myšlénky.
5. Kundalinîšakti, universální životní síla.
6. Mantrikašakti, kouzelné umění slova.

Těchto šest sil nalézá svého sjednocení v síle sedmé.

Životní síly (prâny), které proudí nadami, jsou podle „Taittiriya Aranyaka“ rovněž sedminásobné. Praví se: „Z něho povstává sedm prân, sedm „archis“ (duchovní světlo nebo oheň), sedm „samidhs“ (zápalných obětí), sedm ohnivých „plamenů“, sedm světů a sedm „sedem“. (Zevrubnější poučení o významu těchto pojmenování nalezne čtenář v „Tajné nauce“ od Blavatské I. svazek.)

„Prâna“, život materielní, jest sídlem „jîvy“, života duchovního. Nad prânou stojí „hamsa“, obal jîvy, v duchovním snažení ku božskosti označený slovem ôm.

(V knihách mystiků a Rosenkruciánů jest hamsa názorně zobrazena pelikánem, který vlastní krví krmí svá mláďata. Tento postup znamená také sebeobětování božského člověka ku blahu lidstva.)

Šakt jest šest, totiž icchâ-, kriyâ-, kundalinî-, jňâna-, para- a mantrika-šakti. Z jejich ovládání povstávají rozličné okultní síly; nejdříve však musí býti přemoženy „kâma“, pozemské vášně, a „icchâ-

šakti“. Všecko nečisté a sobecké musí býti silou nebeského ohně spáleno.

Všechny zde uvedené síly mají svá nižší oddělení nebo rozvětvení.

Vîvekananda praví: „Když síla kundalinî proudí od jednoho ústředí ke druhému, tu se otevírá stupeň ducha za stupněm a yogi poznává vesmír v jeho nejjemnější i nejhrubší formě.“ „Projevuje-li se kdy někde to, co se obyčejně nazývá nadpřirozená moc nebo moudrost, tehdy také našla část proudu kundaliny svou cestu do sushumny. Ve větším počtu nadpřirozených případů přišlo se náhodou na cvičení, které malou část této rozvinuté kundalinî uvolnilo.

Každá pravá bohoslužba vede vědomě nebo nevědomě k tomu cíli. Člověk, který myslí, že došel vyslyšení své modlitby, neví, že vyplnění téže z něho samého přichází, a že došel výsledku duchovním postavením své modlitby, když probudil malou část té nekonečné moci, která v něm samotném byla nahromaděna. Yogi vysvětluje světu, že pravá moc, matka věčné blaženosti, leží v každé bytosti, víme-li jen, jak se k ní máme blížiti. A radža-yoga jest věda náboženská, nejrozumnější všech uctívání, vzývání, forem, ceremonií a divů.“

Čela (žák) získává moci nad svou přirozeností, ovládá-li úplně svoji dechovou činnost, svůj život, své žádosti a myšlénky. Když očistil nady idu, pingalu a sushumnu, jňânou a prânâyâmou, tu může

viděti, jak vášně a žádosti, které jsou povahy astrální, stoupají nadami k „manasu“ (myslícímu principu, mysli) a ruší jeho rovnováhu.

Čela stává se adeptem, když se stal způsobilým přemoci všecky tyto nižší síly silou své duchovní vůle. Může potom své tělo dle libosti opustiti a dle libosti se do něho vrátiti, může si dle libosti utvořiti astrální tělo anebo je obnoviti. Žije ve své „karana-šariře“ a ovládá všecky šakti neboli síly.



Upozorňujeme

na významný spis Dra Theodora Lessinga

Evropa a Asie.

Vydáme v českém autorisovaném překladu jako jeden z nejbližších svazků sborníku „Reformátor“.

„Národní Listy“ (v lednovém čísle letošního roku) psaly o této novince:

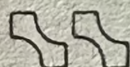
„Pozoruhodnou knihu vydal (v nákladu „Aktion“) německý filosof Theodor Lessing „Europa und Asien“, cyklus přednášek zrozených „z oné nálady bolestí, hanby a hluboké ošklivosti z lidí, v okamžiku, kdy lidé Evropy — všem v čele „vůdčí duchové“ — na ohni vlastenecké horečky se roznítili k ekstasím politického imperialismu“. „Srpen 1914 strhl závoj. Za kulturní maskou ukazuje se bestie. Chytrá, všechno mohoucí, všechno vědoucí, vše vykonávající, svět přemáhající bestie Evropa. Evropa, její křesťanství, její morálka heroismu, její vývojová ethika, její pokrok a štěstí stojí naze přede všema očima.“ Všichni lidé jsou uvrženi do ohromného, slepého, zuřivého stroje, který je rozemílá a mrzačí. „Kdo však jistě zůstane bez úrazu, to jsou kulturní koketky Evropy: její „velcí mužové“, vše, co tu nyní mluví a píše, píše a mluví, dělá si „zážitek“ ze světového požáru a vaří své polévky na jeho plamenech a cítí se důležitým. Tato celá pakáž zůstane.“ Z tohoto lítého zoufalství ohlíží se Lessing po jiném, hlubším, lidštějším světě, a nalézá jej v Asii. Snad teprve z trosek Evropy vykvete vysněná země bratrské lásky, o níž Buddha praví: „Kdo je nepřítel? Kdo je bratr? Atman není ve Mně ani ve Vás, nýbrž My v Něm.“ Tuto duši Asie musíme poznati. Ale dříve je nutno odložiti víru, že naše kultura je jediná kultura, naše náboženství jediné náboženství a že naše povolání na zemi jest, 900 milionů lidí, kteří myslí a cítí dokonale jinak a daleko životněji než my, vychovati k naší logice, naší politice, naší vědě a zbož-

ňovanému umění. — Odtud srovnává Lessing duši evropskou a duši asijskou, aby dal přednost této. Evropský duch je racionélní, účelný duch pořádku; naše skutečnost jest omezený a relativní svět vědomí. To, co je nad skutečností, svět metafysický, jmenuje „světový duch, světové vědomí, energie" — vždy je to činnost, něco aktivního a účelného. Místo přírody postavili jsme ohavný golem, stroj. Slovem „život" rozumíme moc štěstí, světovládu, bohatství, sílu, pozemskou filosofii, lidský užitek. Vše je pro nás výkon, čin, akce, funkce — jedním slovem vůle. Náš ideál je povinost. Naše kultura je vítězství mašinerie nad lidskou duší. Naše věda mechanisuje skutečnost. Jakožto lidé činu jsme individualisti. Jsme krutí ke zvířatům. Jsme optimisti „pokroku". Jsme typ jednající, známe jen heroismus boje. „Všechno vědění obrací život v mašinu. Mašina stala se naším bohem. Modlíme se k pořádku . . . Obdivujeme se hrdinovi, ale loupežné tažení zdá se nám být stejně hrdinným jako Kristova smrt na Kříži. Velebíme život, sílu, růst, vývoj násilí. Ale po tom, co roste a žije, co má žíti a růsti, se netážeme . . . Nestojí člověk proti člověku, duše proti duši v lásce či nenávisti. Nikoliv! Nyní táhne organisace proti organisaci, státy proti státům, moc proti moci, uniforma proti uniformě, knoflík proti knoflíku . . ." „Srpen 1914 roztrhl závoj!"

Proti tomu rýsuje se Asie Lessingovi jako země hlubokého, podvědomého, elementárního života. Asijské národy kořeni v nezměnitelném životě; odtud čerpají tajemné, nám nepřístupné síly: sílu taumaturgie, sílu sebeobětování a utrpení, heroismus snášení. Za závojem skutečnosti vše je jedno: člověk i zvíře, já i ty; nekonečná je jednota života. Není dualismu, není imperativu; není ani jedince, a kastovní, kolektivní duch Asie vyjadřuje toto odosobnění stejně jako kult přírody, kult předků nebo kult Nirvany. Život je věčný; proto nemá smyslu krátkodechý shon a horečná energetika evropského života. Kontemplativně, passivně ponořuje se asijský člověk do podstaty světa, nedbaje jeho funkcí. Nikoliv život, nýbrž bytí. Nikoliv výkon, nýbrž askese, kázeň utrpení a odříkání. Ideálem je svatý život. Každá bolest je brána k nové dokonalosti. Každé poznání je desilluse. Tak stojí kontemplace proti činu, bytí

proti konání, trpění proti akci, zápor proti přitakání: kdo, ptá se konečně Lessing, zvítězí? „Ani Nirvana, ani Dionysos nás neoklamou. A tak zbývá nám jen třetí cesta, cesta Evropy.“ Nervosní rukou a několika slovy ji vyznačuje: Omezení porodů. Vypěstění člověka k nejvyššímu splnění v něm uložených možností. Sespolečenštění. Svoboda ženy. Socialisace a zároveň podpora sektářských aristokracií. Podpora malých států a samosprávy. Boj proti kapitálu a mammonismu. Zatím tolik: neboť máme před sebou ještě sto let barbarství, státního kramaření, politického čachru a mechanismu.

Odkládajíce tohoto filosofa si snad řeknete: Není jeho palčivé zoufalství, jeho varovný křik, jeho kritika a nepokoj právě projevem evropského ducha? a zároveň svědectvím, že evropská duše má v sobě vyšší hodnoty, o nichž nemluvil, hodnoty protestu za všechny, revoluce a vědomého, činného idealismu?



Odebírejte a doporučujte všude

sborník „Reformátor“.

Dosud vydány následující svazky:

I. **Životní moudrost** (Moje credo). Napsal Kristoslav Přímý. — Cena K 4·20.

II. **Problém výchovy.** Obsahuje úvahy: Výchova dítěte před narozením. Život dítěte. Výchova s láskou. — K 1·60.

III. **Mazdaznanská dietetika a kuchařka.** — Dle MUDra O. Z. Hanishe sestavil D. Amman. Autoris. překlad dle 21. vydání. Díl I. Dietetika. — Cena K 2·60.

IV. **Mazdaznanská dietetika a kuchařka.** — Díl II. Kuchařka. Cena K 2·—.

V. **Zdravovědné pokyny dle Mazdaznanu.** Dle MUDra. O. Z. Hanishe sestavil E. Gewinn. — Cena 70 hal.

VI. **Moc modlitby.** (Praktická pneumatologie.) — Napsal K. Přímý. Cena 70 hal.

VII. **Praktická životní filosofie.** Napsal J. Vorel. Cena 70 haléřů.

VIII. **Alfa.** Pokus o řešení ženské otázky. Napsala A. Pammrová. Cena K 2·—.

IX. **Klíč ke štěstí, kráse, zdraví, moudrosti a spáse.** Napsal Kristoslav Přímý. Cena K 1·—.

X. **První křesťanství a vznik církve.** — Napsal D. Ammann. — Cena 60 hal.

XI. **Aesthetika přírody.** (Část všeobecná.) Napsal MUDr. a Ph. Dr. Karel Zitko. — Cena K 1·80.

XII. **Život Ježíšův.** Napsal Dr. O. Z. Hanish. — K 3·—.

XIII. **Má člověk duši?** Napsal K. Wachtelborn. Cena K 2·50.

XIV. **Manželství.** Napsal MUDr. M. C. Keith. — K 3·—.

XV. **Zasvěcení do vyšších pravd duchovních.** Napsal Jindř. Heissiger.

Ve vydávání se pokračuje.

Nakladatelství sborníku „Reformátor“ v Klatovech.